



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Medicina

Escuela Profesional de Nutrición

**Relación entre consumo de alimentos con alta densidad
energética en horario escolar y exceso de peso en
escolares sedentarios de una Institución Educativa en
Villa María del Triunfo, 2017**

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición

AUTOR

Raquel ORTEGAL RAMIREZ

ASESOR

Doris Hilda DELGADO PÉREZ

Lima, Perú

2018



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Ortegal R. Relación entre consumo de alimentos con alta densidad energética en horario escolar y exceso de peso en escolares sedentarios de una Institución Educativa en Villa María del Triunfo, 2017 [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Nutrición; 2018.

Escuela Profesional de Nutrición

"Año del Centenario del Museo de Historia Natural y de la Revista

Anales de la Facultad de Medicina"

"Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional"

**ACTA DE EXAMEN DE TITULACIÓN
MODALIDAD DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

Conforme a lo estipulado en el artículo 45° de la Ley Universitaria 30220, el Jurado de Sustentación nombrado por el Comité de Gestión y la Dirección de la Escuela Profesional de Nutrición, conformado por las siguientes Docentes:

Presidente: Mg. Violeta Magdalena Rojas Huayta

Miembros: Mg. Ivonne Isabel Bernui Leo

Lic. Susana Carolina Aniceto Rossi

Asesora: Dra. Doris Hilda Delgado Pérez

Se reunió en la ciudad de Lima, el día miércoles 24 de octubre de 2018, para proceder a evaluar la Sustentación de Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición de la bachiller:

Raquel Ortegá Ramirez

Código de Matricula N° 11010429

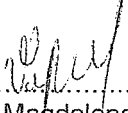
Tesis: «Relación entre consumo de alimentos con alta densidad energética en horario escolar y exceso de peso en escolares sedentarios de una Institución Educativa en Villa María del Triunfo, 2017»

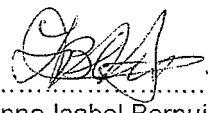
(Aprobado con RD N° 0011-D-FM-2016 y modificada con RD N° 2689-D-FM-2018)

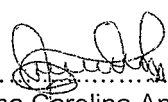
La mencionada bachiller aprueba el examen de titulación, mediante la modalidad de sustentación de tesis, obteniendo la calificación de:

Dieciséis (En letras)

Estando de acuerdo con la presente acta, el Jurado de Sustentación firma en señal de conformidad.


Mg. Violeta Magdalena Rojas Huayta
Presidente


Mg. Ivonne Isabel Bernui Leo
Miembro


Lic. Susana Carolina Aniceto Rossi
Miembro


Dra. Doris Hilda Delgado Pérez
Asesora



RESUMEN

Introducción: El sobrepeso y la obesidad en niños y adolescentes se ha incrementado a nivel global, iniciando a edades tempranas con un origen multicausal, dentro los factores encontramos los cambios en los estilos de vida, principalmente relacionados con un mayor consumo de alimentos con alto contenido calórico y la disminución del nivel de actividad física. **Objetivos:** Determinar la relación entre el consumo de alimentos con alta densidad energética (ADE) en horario escolar y el exceso de peso en escolares sedentarios. **Métodos:** Estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo de asociación cruzada, transversal y observacional, en 85 escolares sedentarios, varones y mujeres con edades entre 10 a 11 años, elegidos por conveniencia de una Institución Educativa en Villa María del Triunfo. Se aplicó una encuesta sobre la frecuencia de consumo de ADE y se realizaron mediciones antropométricas. **Resultados:** El 80% de los escolares sedentarios presentaron un consumo alto de ADE en horario escolar. El 61,2% de los escolares sedentarios presentó exceso de peso, de los cuales el 20% tenía sobrepeso y 41,2% obesidad. Los ADE más consumidos en horario escolar fueron las bebidas saborizadas (90,6%). **Conclusión:** No se halló relación entre el consumo de ADE en horario escolar y exceso de peso en escolares sedentarios de una Institución Educativa en Villa María del Triunfo.

Palabras clave: exceso de peso, alimentos con alta densidad energética, sedentario.

ABSTRACT

Introduction: Overweight and obesity in children and adolescents has increased globally, starting at early ages with a multi-causal origin, within the factors associated with changes in lifestyles, mainly related to a greater consumption of foods with high caloric content and the decrease in the level of physical activity. **Objectives:** To determine the relationship between the consumption of foods with high energy density (ADE) during school hours and excess weight in sedentary schoolchildren. **Methods:** Study of quantitative approach, descriptive of crossed, transversal and observational association, in 85 sedentary school children, men and women with ages between 10 and 11 years old, chosen for the convenience of an Educational Institution in Villa María del Triunfo. A survey was applied on the frequency of ADE consumption and anthropometric measurements were made. **Results:** 80% of sedentary schoolchildren had a high consumption of ADE during school hours. 61.2% of sedentary schoolchildren presented excess weight, of which 20% were overweight and 41.2% were obese. The most consumed ADEs during school hours were flavored drinks (90.6%). **Conclusions:** No relationship was found between ADE consumption during school hours and excess weight in sedentary schoolchildren of an Educational Institution in Villa María del Triunfo.

Key words: excess weight, foods with high energy density, sedentary